

بسم اللہ الرحمن الرحیم
الجواب حامدہ اومصلیٰ

یوگا کے بارے میں شرعی حکم بیان کرنے سے پہلے یوگا کی حقیقت بیان کی جاتی ہے، یوگا کی حقیقت اس قدر
دشمنی میں یوں بیان کی گئی ہے:

Yoga: 'a Hindu philosophy that teaches you
how to control your body and mind in the belief
that you can become united with the spirit of
the universe in this way.' (OXFORD
DICTIONARY (8TH EDITION))

یوگا، ہندو تعلیمات کے مطابق ایک ایسی مشق ہے جس میں انسان کو اپنے جسم اور ذہن
پر کٹرول (قابو) کرنا سکھایا جاتا ہے، اور اس کے پیچھے یہ عقیدہ کار فرما ہے کہ آپ ایک
آفاقی روح کا حصہ بن جاتے ہیں۔

آکسفورڈ ڈکشنری میں یوگا کی، بیان کی گئی دوسری تعریف یہ ہے:

Yoga: 'a system of exercises for your body and
for controlling your breathing, used by people
who want to become fitter or to relax.'
(OXFORD DICTIONARY (8TH EDITION))

یوگا ایک جسمانی ورزش کا طریقہ ہے، جس میں کوئی بھی شخص اپنے جسم اور اپنے سانس
پر کٹرول (قابو) پالتا ہے، تاکہ وہ اپنے جسم میں چستی اور ذہنی طور پر نشاط محسوس کرے۔

مذکورہ بالا یوگا کی دونوں تعریفوں کا حاصل یہ ہے کہ یوگا کے بارے میں ایک نظریہ یہ ہے کہ یوگا ہندو
مذہب کی عبادات اور رسومات کا نام ہے، جبکہ یوگا کے بارے میں دوسرا نظریہ یہ ہے کہ یوگا کسی مذہب کی
عبادت، یا رسومات کا نام نہیں ہے، بلکہ یوگا ایک جسمانی ورزش کا طریقہ ہے، جس کے ذریعہ انسان اپنے جسم اور
سانس پر قابو پالینے اور اپنے اندر ذہنی اور جسمانی نشاط محسوس کرنے کی صلاحیت حاصل کر لیتا ہے۔
یوگا سے متعلق جو کتابیں ہمیں دستیاب ہو سکیں ان کے مطابق اس کی تقریباً کم و بیش ایک سو پچاسی (۱۸۵)

جدی ہے۔



ورزش کی ترکیبیں ہیں، مثلاً:

۱۔ یوگا کیلئے والے کو بتایا جاتا ہے کہ وہ آہستگی سے سانس لیتے ہوئے یہ تصور کرے کہ وہ پیٹ کو پھیلا کر پہلے پھیپڑوں کا پچلا حصہ بھر رہے ہیں۔ اس کے بعد پہلی کا درمیانی حصہ اور پھر سینے کا اوپر ہی حصہ۔ سانس نکالتے وقت اس کا الٹا یعنی اوپر سے نیچے اور آخر میں پیٹ کو ذرا سا اندر کر کے پھیپڑوں کو مکمل خالی کر دیا جائے۔ یہ تین حصوں میں گہرا سانس لینا تمام یوگا کے سانس لینے والے طریقوں میں استعمال ہوتا ہے۔ سانس لینے کے اس طریقہ کار کو ”دیر گاسوام“ کہتے ہیں۔

۲۔ ایک دوسری مشق میں جلدی جلدی کئی دفعہ سانس لیا جاتا ہے اور نکالا جاتا ہے۔ اس طریقے میں پیٹ کو اندر کھینچ کر سانس کو قوت کے ساتھ باہر نکالا جاتا ہے۔ شروع میں ایک راؤنڈ پندرہ (۱۵) سانسوں کا ہو سکتا ہے۔ اس مشق کو بڑھاتے بڑھاتے ایک راؤنڈ میں کئی سو تک جایا جاتا ہے۔ سانس لینے کے اس طریقہ کار کو ”کپالابھاتی“ کہتے ہیں۔

یوگا کرنے والے شخص کو یوگی کہا جاتا ہے، اور اس میں متعدد شرعی مفاسد پائے جاتے ہیں، لہذا اگر واقعہ یوگا سے متعلق جدید معلومات درست ہوں اور یوگا میں شرعی لحاظ سے خرابیاں پائی جاتی ہوں تو ان کی موجودگی میں یوگا ورزش کرنا شرعاً جائز نہیں ہے، تاہم اگر کوئی شخص اپنے جسم کو تندرست رکھنے کے لئے یا کوئی مریض ہو اور ڈاکٹر حضرات اس کے علاج کے لئے یوگا تجویز کریں اور وہ درج ذیل شرعی امور کا لحاظ رکھ کر اور خرابیوں سے بچتے ہوئے یوگا ورزش کرے تو اس کی مغفالت ہے:

۱۔ ماہر طبیب یوگا کے بارے میں اس بات کی تصدیق کرتے ہوں کہ یوگا انسانی امراض کے علاج کے لئے یا انسانی جسم کو تندرست رکھنے میں مفید ہے۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱)

۲۔ ہندوؤں کے یوگیوں یا غیر مسلموں سے یوگا ورزشیں نہ سیکھی جائیں، کیونکہ اس میں دینی اور اخلاقی بگاڑ کا قوی اندیشہ ہے اور یہ عمل صرف ورزش کی غرض سے کیا جائے، اس میں عبادت کی کوئی نیت شامل نہ ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۲)

۳۔ یوگا ورزشیں سیکھنے کے لئے کسی بھی غیر مذہب کی عبادت گاہوں (مثلاً مندروں) کا رخ نہ کیا جائے۔ جاری ہے۔



دیکھئے عبارت نمبر ۳)

۳۔ ورزش مرد اور خواتین کے قلوب ماحول میں نہ ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۵، ۴)

۵۔ یوگا ورزش کرنے والے کے ذہن میں کوئی شرکیہ عقیدہ نہ ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۶)

۶۔ یوگا ورزش کے وقت یوگیوں کے مخصوص (گیر و یعنی لال رنگ کا) لباس پہننے کو ضروری نہ سمجھا جائے۔

۷۔ یوگا ورزش سورج کے طلوع ہوتے وقت نہ کی جائے، کیونکہ یہ ہندوؤں کی عبادت (یوگا) کا وقت ہے، اس وقت میں یوگا ورزش کرنے سے ہندوؤں کی عبادت کے ساتھ مشابہت لازم آتی ہے۔ دیکھئے عبارت نمبر ۸، ۹، ۱۰)

۸۔ ورزش کے دوران ستر ڈھکنے کا مکمل اہتمام ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۰)

۹۔ یوگا ورزش کرنے سے پہلے، یا ورزش کے دوران، یا ورزش کے اختتام پر پڑھے جانے والے اسلامی تعلیمات کے خلاف مضامین پر مبنی مخصوص کلمات (اشلوک) ادا نہ کرے۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۱)

۱۰۔ ورزش کے دوران کسی بھی طرح ہندوؤں کے طریقہ عبادت کی نقالی نہ ہو، مثلاً ورزش کے دوران دونوں ہاتھ جوڑ کر پرتنام و مستے کرنا، یا یوگیوں کی طرح فاسد عقیدہ رکھ کر آنکھیں بند کر کے مراقبہ کرنا وغیرہ۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۲)

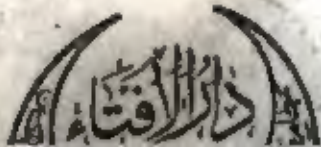
۱۱۔ جو ورزش کی جائے وہ جسمانی لحاظ سے معزز نہ ہو، مثلاً ورزش کے دوران ٹنگلی ہاندھ کر سورج کی طرف دیکھنا، کیونکہ اس سے آنکھوں کی بینائی متاثر ہوتی ہے۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۳)

۱۲۔ یوگا ورزش علاج کے لئے یا اپنے جسم کو تندرست رکھنے کی نیت سے کی جائے، محض وقت گزاری کے لئے نہ کی جائے۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۳، ۱۵، ۱۶، ۱۷)

۱۳۔ یوگا ورزش کرنے والا یوگا میں مہارت حاصل کرنے اور اس کے ذریعہ خلاف عادت افعال پر قادر ہونے کے درپے نہ ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۱۸، ۱۹)

۱۴۔ محض یوگا ورزش میں بہتری اور ترقی کے حصول کے لئے حلال چیزوں (مثلاً گوشت) سے پرہیز کا

جاری ہے۔



کا التزام نہ کرے۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۲۱، ۲۰)

۱۵۔ یوگا ورزش میں اس قدر اہمیاک نہ ہو کہ فرائض اور واجبات میں کوتاہی واقع ہو۔ (دیکھئے عبارت نمبر ۲۲)

متعلقہ عبارات:

۱۔ مشکاة المصابیح (۳ / ۱۴۵۸)

ومن أبي هريرة قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل أحدٍ منكم خطرٌ يحرم على ما ينفكك واستمع بالله ولا تمحز وإن أصابك شيء فلا تقل لو أني فعلت كان كذا وكذا ولكن قل قدر الله وما شاء فعل فإن لو تفتح عمل الشيطان» (صحیح) رواه مسلم

۲۔ روح المعانی - (۳ / ۱۲۰)

الصحیح أن كل ما عده العرف تعظيماً وحسبه المسلمون موالاة فهو منهي عنه ولو مع أهل الذمة لا سيما إذا أوقع شيئاً في قلوب ضعفاء المؤمنين

۳۔ حاشیة ابن عابدین (رد المحتار) - (۱ / ۳۸۰)

وفي التتارخانية يكره للمسلم الدخول في البيعة والكنيسة، وإنما يكره من حيث إنه يجمع الشياطين لا من حيث إنه ليس له حق الدخول اه قال في البحر: والظاهر أنها تحريمية؛ لأنها المرادة عند إطلاقهم، وقد أُنشئت بتعزير مسلم لازم الكنيسة مع اليهود اه

۴۔ مشکاة المصابیح - (۲ / ۱۹۹)

عن أسامة بن زيد قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: " ما تركت بعدي فتنة أضر على الرجال من النساء "

۵۔ البحر الرائق - (۲ / ۲۰۹)

وفي فتح القدير ويكره الدفن في الأماكن التي تسمى فسائلي اه۔ وهي من وجوه: الأول عدم اللحد الثاني دفن الجماعة في قبر واحد لغير ضرورة الثالث اختلاط الرجال بالنساء من غير حاجز كما هو الواقع في كثير

منها

ہادی ہے۔۔۔



١٩- تفسير الطبري - (١ / ٣٢٣)

قوله تعالى : (وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آلِهِمْ وَنُسُوذِ) وفي القوم القوال : أحدهما : أن
يدخل في كل ما كان حراماً أو مكروباً أو كان مباحاً ، ولكن لا يكون بالمره
إليه ضرورة وحاجة

٢٠- قال الله تعالى : [الأنعام : ١١٩]

(وَمَا لَكُمْ لَا تَأْكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَقَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ)

الشرح المعنى - (٨ / ١٩)

وسب نزول الآية على من قاله الإمام أبو منصور أن للمسلمين كانوا يحررون
من أكل الطيبات تشفاً وقرها فترلت وقد فصل لكم ما حرم عليكم

٢١- فتح الباري - ابن حجر - (١١ / ٩٩)

(قوله باب كل هو باطل) إذا شغل أي شغل الإلهي به عن طاعة الله أي
كمن نهى بشيء من الأشياء مطلقاً سواء كان مأذوناً في فعله أو منهاه عنه
كمن اشتغل بصلاة نافلة أو بتلاوة أو ذكر أو تفكير في معاني القرآن مثلاً
حتى خرج وقت الصلاة المفروضة عمداً فإنه يدخل تحت هذا الضابط وإذا
كان هذا في الأشياء للرغب فيها للطلب فعلها فكيف حال ما
دوغا..... والله سبحانه وتعالى أعلم بالصواب

عزفان فاضل
عزفان فاضل

الجواب صحيح



دار الفقه جامع ودر العلوم كرامتي

٥ شعبان ١٣٣٥ هـ

٢٠١٣ م

بند محمد تقی عثمانی عفی عنہ

الجواب صحيح

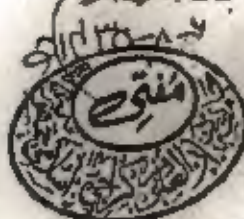
٥-٨-٥٣٥

٥٣٥-٨-٥



الجواب صحيح

١٣٥٨/٦



الجواب صحيح

٥١٣٥/٨/٦

ما شاء الله فواري كسبه

بند محمد تقی عثمانی عفی عنہ



الجواب صحيح

٥٣٥-٨-٥

الجواب صحيح

٥٣٥/٨/٦